

宮野自治連合会女性部だより

まだまだ暑い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。
 10月には宮野まつりが開催され、女性部として参加する予定でしたが、今年度は中止となってしまいました。
 一刻も早い事態の終息と、来年度以降の開催を願っています。

【9月の行事予定】
 9月の行事予定はありません。



香典返し

小寺 孝様(河原) ご尊父 甫様
 ご逝去にあたり、金一封をご寄付いただきました。ご冥福をお祈りいたしますとともに、厚くお礼申し上げます。

宮野地区社会福祉協議会

🍇 — 9月の行事予定 — 🍡

1日(火)	始業式	宮野幼
11日(金)	体育祭前日準備	宮野中
12日(土)	体育祭	宮野中 大殿中
14日(月)	健康相談会 パソコン講座	交流セ 交流セ
15日(火)	小中合同あいさつ運動	宮野小・中
17日(木)	こいこいクラブ	福祉員
18日(金)	パソコン講座	交流セ
25日(金)	社会科見学(1年生)	宮野小
26日(土)	体育委員会・常任委員会	交流セ
28日(月)	財産区定例会	財産区
29日(火)	絵手紙教室	交流セ
30日(水)	避難訓練	三の宮保

ごみ・資源等の収集日は、「山口市ごみ・資源収集カレンダー」をご覧ください。

「夏休み食育講座」レシピ配布中!

8月6日(木)に予定されていた、給食調理員さんによる夏休み食育講座が中止となったため、講座で配布予定だった「子ども簡単おすすめレシピ」を講師の給食調理員さんご協力のもと配布しています。窓口に設置していますので、ご自由にお持ち帰りください。無くなり次第終了とさせていただきます。



そうめん汁

《材料(4人分)》

そうめん	60g	だし昆布	2g
油揚げ	8g	かつお節	4g
かまぼこ	20g	薄口しょうゆ	大さじ1
にんじん	40g	濃い口しょうゆ	小さじ1
オクラ	40g	みりん	小さじ1
えのきだけ	40g	水	800cc

《作り方》

- ①油揚げは油抜きして細切りにする。
- ②かまぼこ、にんじんはいちょう切り、オクラは小口切り、えのきは半分に切る。
- ③昆布とかつお節でだしをとり、煮えにくい材料から順に入れて煮る。
- ④そうめんを固ゆでにする。
- ⑤味をととのえ、最後にそうめんとおくらをいれる。

きらきら☆多フルーツポンチ

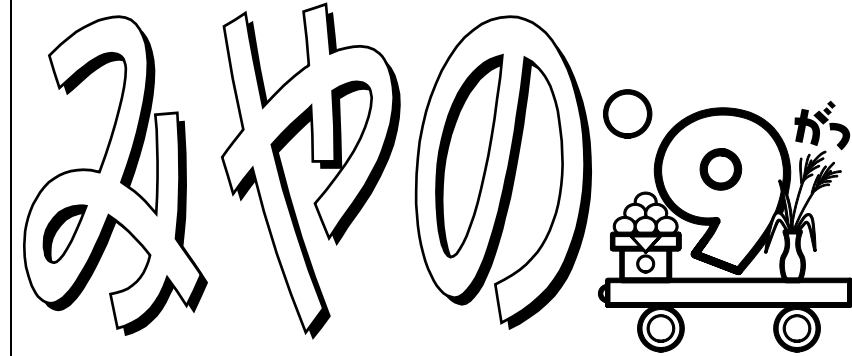
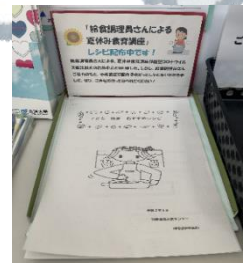
《材料(4人分)》

クールゼリー	30g	みかん缶詰	80g
りんごジュース	140cc	パイン缶詰	80g
もも缶詰	80g	缶汁	お好みで

《作り方》

- ①りんごジュースを沸騰させ、火を止めてクールゼリーを入れて煮溶かし、器に入れて固める(常温でOK)。
- ②ゼリーカップにもも、みかん、パイン、缶汁をいれる。
- ③①のゼリーをフォークで細かくくだき、②の上のにせる。

14のレシピが掲載されています。ぜひ、ご家族で・ご自身で、作ってみられてください!



宮野地域交流センター活動推進委員会

〒753-0011

山口市宮野下3054(住吉)

山口市宮野地域交流センター内

TEL 928-0250

FAX 928-0302

令和2年9月1日号

通巻402号



8/3(月)、8/5(水)、8/12(水) 夏休み自習の日

宮野地区青少年健全育成連絡協議会の皆様にご協力いただき、小中学生の自習支援をしていただきました。短い夏休みで参加者は少なかったですが、皆さんしっかり勉強に励まれました。
 ご協力くださった講師の皆様、ありがとうございました。



8/6(木) ちょうちんに火を灯そう!

宮野自治連合会有志の皆様により、すすみ学級の児童の皆様を対象に、ちょうちんの火入れ体験が行われました。暑い中での作業となりましたが、子ども達が元気いっぱい、笑顔の溢れるとても良い体験会になりました。宮野自治連合会有志の皆様、ありがとうございました。



宮野まつり中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、10月18日(日)に予定しておりました宮野まつりは中止することといたしました。宮野地区の三大行事の一つが中止となってしまい、大変残念な思いです。楽しみにされておられた方々、大変申し訳ございません。

来年度は盛大に宮野まつりが開催できるよう、事態の終息を願うとともに、開催に向け準備を進めていきます。
 宮野まつり実行委員会事務局

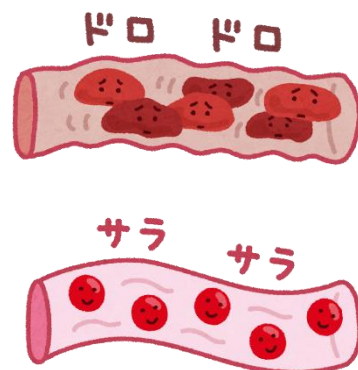


※写真は昨年度の様子です。

山口市保健センターから健康チェック・健康相談会のお知らせ

「血管の老化を防ぐために必要なことは？」

- 日時 **9月14日(月)**
受付：10時～11時
- 場所 宮野地域交流センター2階 研修室1
- 対象 健康づくりに関心のある方、健康診断結果についてご相談がある方など
- 内容 血管年齢測定、体組成測定、保健師・管理栄養士との健康相談
動脈硬化についての展示
- 参加費 不要
- 申込み 不要。受付時間内に会場にお越しください。
- 持参品等 各種健康診断結果（お持ちの方）
※体組成測定のご希望のある方は裸足になれる服装でお越しください。
- ご利用にあたっての注意点
 - ・マスク着用での参加をお願いいたします。
 - ・体調の悪い方は参加をご遠慮ください。
- 問い合わせ 山口市保健センター 健康増進課（083-921-2666）



今会えないあなたへ 絵手紙教室

新型コロナウイルス感染拡大で帰省や外出が制限され、遠くにいる大切な人になかなか会いに行けない日々が続いています。心のこもった絵手紙を、作成してみませんか？

- 【日時】 **9月29日(火)** 13時～15時
- 【場所】 宮野地域交流センター2階 研修室2
- 【講師】 望月 英子先生
- 【定員】 先着8名
- 【対象】 成人以上
- 【申し込み・お問い合わせ】
9月25日(金)までに、宮野地域交流センター
(Tel.083-928-0250)へお申し込みください。
- 【参加費】 無料
- 【持参物】
筆、画材（絵具、色鉛筆、ボールペン等）、
描きたいモチーフ（例：写真、花、置物等）
※来館前に検温の実施、マスクの着用をお願いします。

子どもで自然を満喫 大自然で深める家族の絆～チャレンジ！森のアドベンチャー～

「とくさがみね 森のチャレンジコース」に親子でチャレンジしませんか。一緒にコミュニケーションをとりながら同じ目標に向かって体を動かし、親子の絆をより深めるとともに、子どもの心身の成長を促しましょう。

- 日時 **10月4日(日)** 10時～15時
- 場所 十種ヶ峰青少年自然の家
(阿東嘉年下1883-2)
- 内容 森のチャレンジコース
- 対象 小学生とその保護者(15組)
- 持ち物 動きやすい服(長袖、長ズボン)、運動靴、帽子、水筒、弁当、体育館シューズ(雨天時)
- 参加費 子ども無料、保護者は1名につき80円(施設使用料)
※25歳以下は25円
- お申し込み方法 (①または②の方法で、お申し込みください)
 - ①山口市HP
 - ②電話(083-934-2866)
 ※お申し込み多数の場合は抽選で受講者を決定します。抽選結果は当落どちらでもご連絡いたします。期間内に結果が届かなければ、お問い合わせください。

山口市 マナビ

詳しくはこちら

【お問い合わせ先】山口市教育委員会 社会教育課 ☎083-934-2866

「木戸山交通安全祈願祭」中止のお知らせ

例年秋の全国交通安全運動期間中に、山口交通安全協会・同大東分會・宮野分會共催で、地域交通安全祈願祭を開催していましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、**今年度は中止することといたしました。**
山口交通安全協会 宮野分會



「敬老行事」中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、地区敬老会の開催は中止といたします。なお、記念品等は9月中に社協理事がご自宅までお届けします。



宮野地区社会福祉員協議会

「地域住民と県立大学生との大交流会」「着物喫茶&まち歩き」企画中止のお知らせ

地域の方々と山口県立大学生が触れ合う絶好の機会ですが、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、**今年度の開催は見送ることとなりました。**「一緒に作って、一緒に楽しみ、一緒に会食交流」「お抹茶&生菓子でおもてなし」「寺内正毅公ゆかりの地を巡るまち歩き」ですが、来年は開催できることを祈っています！！

みやの地域づくり協議会

パソコン講座のご案内

一部屋の中の小物を描きましょう

ワードの図形を使ってイラストを作成する講座です。今回は部屋の中の小物を色々描いてみましょう。初心者の方でも大丈夫！皆様のご参加を心よりお待ちしております。



- 【日時】 **9月14日(月)** 13時～15時
9月18日(金) 13時～15時
- 【場所】 宮野地域交流センター2階 研修室1
- 【定員】 先着12名
- 【申し込み・お問い合わせ】
9月11日(金)までに、宮野地域交流センター
(Tel.083-928-0250)へお申し込みください。
- 【参加費】 2,000円
- 【持参物】
ノートパソコンをお持ちの方はご持参ください。お持ちでない方はセンターのパソコンをお貸しすることができます。
※来館前に検温の実施、マスクの着用をお願いします。

傘の忘れ物ございませんか？

宮野地域交流センターには、利用者の方がお忘れになった傘がたくさんあります。



心当たりのある方は、センター入口の傘立てをご確認ください。9月末に処分する予定です。-----

消毒作業にご協力ください

新型コロナウイルス感染防止のため、貸館を利用された方には、ご利用後に使用された備品、ドアノブ、スイッチ等の消毒作業のご協力をお願いしています。各部屋に消毒グッズを用意していますので、ご利用の上、ご協力をお願いいたします。



「いきいきサロン宮野こいこいクラブ」

9月の活動は中止いたします。ご理解のほどよろしくお願いいたします。



熱中症にご注意を！

猛暑が続いています。屋外だけではなく、屋内でも熱中症になる危険性があります。こまめな水分補給と規則正しい生活を心がけ、体調管理に十分気を付けましょう。

- ～新しい生活様式における熱中症予防行動のポイント～
- ・屋外で人との十分な距離(2m程度)がとれる場合は、マスクを外しましょう。
 - ・冷房時でも、窓を開けたり、換気扇を回したりと、換気する必要がありますが、その際はエアコンの設定温度を下げる等、室内温度が高くなりすぎないように調整しましょう。

参考：厚生労働省『新しい生活様式』における熱中症予防行動のポイントをまとめました

